

UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



TESIS

**NIVEL DE ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA
UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA, 2024**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN
ENFERMERÍA**

AUTORA:

Bach. Enf. DAMARIS BARRANTES AYAY

ASESOR:

Dr. OSCAR FERNANDO CAMPOS SALAZAR

Cajamarca – Perú

2026

CONSTANCIA DE INFORME DE ORIGINALIDAD

1. Investigador: **Damaris Barrantes Ayay**

DNI: **73574841**

Escuela Profesional/Unidad UNC: **Escuela Profesional de Enfermería**

2. Asesora: **Dr. Oscar Fernando Campos Salazar**

Facultad/Unidad UNC: **Facultad de Ciencias de la Salud**

3. Grado académico o título profesional

☐ Bachiller ☒ Título profesional ☐ Segunda especialidad
☐ Maestro ☐ Doctor

4. Tipo de Investigación:

☒ Tesis ☐ Trabajo de investigación ☐ Trabajo de suficiencia profesional
☐ Trabajo académico

5. Título de Trabajo de Investigación:

**NIVEL DE ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA
UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA, 2024**

6. Fecha de evaluación: **5/03/2026**

7. Software antiplagio: ☒ TURNITIN ☐ URKUND (ORIGINAL) (*)

8. Porcentaje de Informe de Similitud: **21%**

9. Código Documento: **oid: 3117:564120738**

10. Resultado de la Evaluación de Similitud:

☒ APROBADO ☐ PARA LEVANTAMIENTO DE OBSERVACIONES O DESAPROBADO

Fecha Emisión: 5/03/2026

*Firma y/o Sello
Emisor Constancia*



Dr. Oscar Fernando Campos Salazar
DNI. 27373944

* En caso se realizó la evaluación hasta setiembre de 2023

Copyright © 2026 by

Damaris Barrantes Ayay

Todos los Derechos Reservados

FICHA CATALOGRÁFICA

Barrantes, D. 2026 **Nivel de Ansiedad en estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2024. 76 páginas.**

ASESOR: Dr. Oscar Fernando Campos Salazar

Docente Asociado de la Escuela Profesional de Enfermería – UNC - Cajamarca

Disertación académica para optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería - UNC 2026.

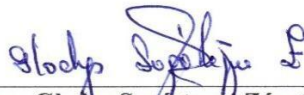
**NIVEL DE ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA
UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA, 2024**

AUTORA : Bach. Enf. Damaris Barrantes Ayay

ASESORA : Dr. Oscar Fernando Campos Salazar

Tesis evaluada y aprobada para la obtención del Título profesional de Licenciada en Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, por los siguientes miembros del jurado evaluador:

JURADO EVALUADOR



Dra. Gladys Sagastegui Zárate
PRESIDENTE



Mg. Ruth Natividad Villanueva Cotrina
SECRETARIA



M. Cs. Segunda Aydee García Flores
VOCAL



MODALIDAD "A"

**ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS PARA LA OBTENCIÓN DEL
TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO (A) EN ENFERMERÍA**

En Cajamarca, siendo las 9:00 am del 27 de febrero del 2026, los integrantes del Jurado Evaluador para la revisión y sustentación de la tesis, designados en Consejo de Facultad a propuesta del Departamento Académico, reunidos en el ambiente I.I. - 2011 de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de Cajamarca, dan inicio a la sustentación de tesis denominada: Nivel de ansiedad en estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2024

del (a) Bachiller en Enfermería:

Damaris Barrantes Agay

Siendo las 11:00 am del mismo día, se da por finalizado el proceso de evaluación, el Jurado Evaluador da su veredicto en los siguientes términos:

Muy bueno, con el calificativo de: 17, con lo cual el (la) Bachiller en Enfermería se encuentra Apta para la obtención del Título Profesional de: **LICENCIADO (A) EN ENFERMERÍA.**

Miembros Jurado Evaluador Nombres y Apellidos		Firma
Presidente:	<u>Dra. Gladys Sagastegui Zárate</u>	<u>Gladys Sagastegui Zárate</u>
Secretario(a):	<u>Mg. Ruth Natividad Villanueva Cotrina</u>	<u>Ruth Villanueva Cotrina</u>
Vocal:	<u>M.Cs. Segunda Aydeé García Flores</u>	<u>Segunda García Flores</u>
Accesitaria:		
Asesor (a):	<u>Dr. Oscar Fernando Campos Salazar</u>	<u>Oscar Campos Salazar</u>
Asesor (a):		

Términos de Calificación:

EXCELENTE (19-20)

MUY BUENO (17-18)

BUENO (14-16)

REGULAR (12-13)

REGULAR BAJO (11)

DESAPROBADO (10 a menos)

DEDICATORIA

A mis progenitores, ROGGER y ELVIRA, por ser mi impulso y motivación; por mostrarme la importancia del esfuerzo y la constancia, confiar en mí y estar siempre a mi lado.

A mis hermanos; RUTH, JOSEPH Y CRISTIAN por su apoyo en mis momentos complicados, por brindarme palabras de ánimo para poder continuar a pesar de las adversidades.

A mi tío ELER, a mis abuelitos y familiares, que me han enseñado que la existencia es un recorrido repleto de momentos buenos y malos, cada paso que he realizado en este camino ha sido factible gracias a su apoyo continuo.

DAMARIS

AGRADECIMIENTO

Mi profundo agradecimiento a Dios por darme energía, existencia y bienestar; por guiar mis pasos en el proceso de alcanzar mis objetivos profesionales, otorgándome conocimiento y valentía a lo largo de mi desarrollo educativo.

A mis padres, hermanos, familiares y amigos por su apoyo incondicional y motivación durante todo el proceso, hoy puedo afirmar que este es el fruto de un trabajo en conjunto que cada uno de ustedes me ha proporcionado.

Asimismo, agradecer a mi asesor, Dr. Oscar Fernando Campos Salazar, por su apoyo inestimable, su guía y su comprensión durante todo este trayecto. Su conocimiento, experiencia, estándares altos y compromiso han sido bases esenciales para la elaboración de mi tesis y para alcanzar su finalización.

A los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca por su colaboración en la etapa de recolección de datos.

DAMARIS

ÍNDICE DE CONTENIDOS

DEDICATORIA	i
AGRADECIMIENTO	ii
LISTA DE TABLAS	v
LISTA DE ANEXOS	vi
LISTA DE APÉNDICE	vii
RESUMEN	viii
ABSTRACT	ix
INTRODUCCIÓN	x
CAPÍTULO I	1
PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	1
1.1. Planteamiento del problema	1
1.2. Formulación del Problema	4
1.3. Justificación	4
1.4. Objetivos	5
1.4.1. Objetivos General	5
1.4.2. Objetivos Específicos	6
CAPÍTULO II	6
MARCO TEÓRICO	6
2.1. Antecedentes	6
2.1.1. A nivel internacional	6
2.1.2. A nivel nacional	8
2.1.3. A nivel local	10
2.2. Bases teóricas	11
2.3. Bases conceptuales	14
2.4. Variable	17
2.5. Operacionalización de la variable	18

CAPÍTULO III	22
METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN	22
3.1. Diseño y tipo de estudio	22
3.2. Población de estudio	22
3.3. Criterios de inclusión y exclusión	22
3.3.1. Criterios de inclusión	22
3.3.2. Criterios de exclusión	23
3.4. Unidad de análisis	23
3.5. Muestra o tamaño muestral	23
3.6. Selección de la muestra o procedimiento de muestreo	24
3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	25
3.8. Proceso de recolección de datos	26
3.9. Validez y confiabilidad de los instrumentos	26
3.10. Procesamiento, análisis y discusión de los resultados	27
3.11. Principios éticos	28
3.12. Dificultades y limitaciones para el estudio	28
CAPITULO IV	29
RESULTADOS	29
CONCLUSIONES	38
RECOMENDACIONES	39
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS	40
ANEXOS	46
APÉNDICE	52

LISTA DE TABLAS

	Pág
Tabla 1 Características sociodemográficas en estudiantes de Enfermería de la	29

Universidad Nacional de Cajamarca, 2024.

Tabla 2	Nivel de ansiedad en la Dimensión Estado de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2024.	32
Tabla 3	Nivel de ansiedad en la Dimensión Rasgo de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2024.	33
Tabla 4	Nivel de ansiedad global de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca	35

LISTA DE ANEXOS

	Pág
Anexo 1 Características sociodemográficas	47
Anexo 2 Cuestionario inventario de la ansiedad Rasgo - Estado	49
Anexo 3 Consentimiento informado	51

LISTA DE APÉNDICE

	Pág
Apéndice 1 Datos estadísticos complementarios	53

RESUMEN

La investigación tuvo como objetivo Determinar el nivel de ansiedad en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2024. Con diseño metodológico de enfoque cuantitativo, tipo descriptivo y de corte transversal. Asimismo, para calcular la muestra se empleó la fórmula para poblaciones finitas, donde se obtuvo como resultado 122 estudiantes. Para la selección de la muestra se utilizó el muestro probabilístico aleatorio simple. En la recolección de datos se empleó como técnica un cuestionario para evaluar el nivel de ansiedad, como instrumento el test de Inventario de Ansiedad Estado - Rasgo (IDARE), diseñado para evaluar dos formas de ansiedad: Ansiedad estado (Condición transitoria) y ansiedad rasgo (relativamente estable y más duradera). **Resultados:** El nivel de ansiedad en los estudiantes fue medio en la dimensión estado (57,3%) y en la dimensión rasgo (47,6%). **Conclusión:** El nivel de ansiedad global en los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2024 se ubicó en un nivel medio.

Palabras clave: Nivel de ansiedad, ansiedad estado, ansiedad rasgo, estudiantes.

ABSTRACT

The objective of this research was to determine the level of anxiety in nursing students at the National University of Cajamarca in 2024. The study employed a quantitative, descriptive, and cross-sectional methodological design. The sample size was calculated using the formula for finite populations, resulting in a sample of 122 students. Simple random sampling was used for sample selection. Data was collected using a questionnaire to assess anxiety levels, specifically the State-Trait Anxiety Inventory (STAI), designed to evaluate two forms of anxiety: state anxiety (a transient condition) and trait anxiety (relatively stable and more enduring). **Results:** The level of anxiety in the students was moderate in both the state (57.3%) and trait (47.6%) dimensions. **Conclusion:** The overall level of anxiety among nursing students at the National University of Cajamarca in 2024 was found to be at a medium level.

Keywords: Anxiety level, state anxiety, trait anxiety, students.

INTRODUCCIÓN

La ansiedad es una respuesta natural que nos ayuda a estar atentos ante eventos que pueden ser problemáticos, se manifiesta a nivel emocional y físico y es una de las emociones más complejas y displacentera que se presenta en anticipación de peligros futuros. De hecho, un nivel controlado de ansiedad nos ofrece una parte necesaria de vigilancia en circunstancias que son muy arriesgadas (1,2). En la ansiedad, los síntomas mentales son pronunciados, la percepción de asfixia y de un peligro inminente aparece, se produce una respuesta de sobresalto y un impulso más fuerte de encontrar formas efectivas de enfrentar la amenaza (2).

Es importante mencionar a la ansiedad en sus dos dimensiones. La ansiedad estado se define como una condición emocional pasajera del ser humano, la cual se distingue por sensaciones *i n t e r n a s*, reconocidas *d e m a n e r a c o n s c i e n t e*, de nerviosismo y preocupación, así como por una hiperactividad del sistema nervioso autonómico. La Ansiedad Rasgo se refiere a una disposición que tiende a ser constante, una inclinación a ver las circunstancias como amenazantes y, por ello, a aumentar su ansiedad estado. Desde una perspectiva psicológica, la ansiedad rasgo actúa como una característica que permanece inactiva hasta que se desencadena por estímulos específicos en diferentes situaciones (3).

En este marco se ha llevado a cabo esta investigación con la finalidad de describir el nivel de ansiedad en los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2024, tomando en cuenta no solo investigaciones a nivel internacional, sino también en el ámbito nacional y local. La investigación es de tipo descriptiva, con una muestra de 122 estudiantes de Enfermería, a quienes se les aplicó el test de Inventario de Ansiedad Rasgo – Estado (IDARE).

El presente estudio está estructurado de la siguiente forma; en el Capítulo I se plantea el problema de investigación: la formulación del problema, la justificación y objetivos del estudio. En el Capítulo II se presenta el Marco teórico: los antecedentes de investigación, las bases teóricas y conceptuales, las variables de estudio y la operacionalización de las variables. En el Capítulo III, se muestra el diseño metodológico. Finalmente, el Capítulo IV abarca: los resultados y discusión, así mismo las conclusiones, recomendaciones, referencias bibliográficas y anexos.

CAPÍTULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Planteamiento del problema

La ansiedad es el trastorno psiquiátrico más importante en el mundo, con el que viven más de 264 millones de personas según la Organización Mundial de la Salud (OMS), 2019, de estos, el 63% eran mujeres y el 37% eran hombres (37%) (4).

Desde otra perspectiva los especialistas afirman que, la ansiedad se la define como un estado emocional displacentero, como una respuesta autónoma después de un estímulo nocivo, y se describe como una reacción adaptativa ante situaciones que representan (o son interpretadas) como una amenaza a la integridad poniendo en marcha mecanismos defensivos a través de la estimulación del Sistema nervioso simpático (SNA) y la liberación de catecolaminas responsables de los síntomas somáticos que integran la respuesta ansiosa (5).

Entre las principales causas de la aparición de la ansiedad están: el estrés excesivo, las alteraciones en el funcionamiento de alguno de los sistemas de neurotransmisores, la relación con enfermedades psicosomáticas y el resultado de la mala interacción de la genética de un individuo con el ambiente (4). Y, en este caso algunos especialistas indican que entre los principales factores académicos asociados con la ansiedad se han referido la insatisfacción con la carrera, dificultades en las relaciones con compañeros y docentes, y el estrés generado por las responsabilidades académicas (6). Los altos niveles de ansiedad reducen la eficiencia en el aprendizaje, lo que desencadena la disminución de la atención, la concentración y la retención, con el consecuente deterioro en el rendimiento académico. Los estudiantes muy ansiosos tienen dificultades para poner atención y se distraen con facilidad (7).

A nivel mundial, según la Base de Datos Clínicos de Atención Primaria (BDCAP), 2020, del Sistema Nacional de Salud de España, la ansiedad es el problema de salud mental más frecuentemente registrado, que aparece en el 88,4% de las mujeres y en el 45,2% de los hombres. Es un problema que se presenta con relativa estabilidad en todos los quinquenios de edad adultos, oscilando entre el 82 y el 90% en mujeres y el 46 y 63% en hombres de 25 a 80 años. Los casos nuevos anuales se sitúan alrededor del 19,9% en mujeres y 10,4% en hombres (8).

En otro estudio realizado en México, se encontró un nivel de ansiedad bajo en el 31.77% de los estudiantes, los síntomas con mayor puntuación en el nivel de ansiedad detectado fueron sentirse tenso y preocupado; los que presentaron una mayor desviación estándar fueron sentirse oprimido, aturdido y alterado (4). En Chile se realizó un estudio a más de 3 400 estudiantes donde un 63% indicó sentir aburrimiento, un 41% manifestó sentir ansiedad o estrés, seguido por frustración y molestia (35%); mientras que un 21% dijo sentir tranquilidad y sólo un 3% indicó sentirse “feliz”(9).

Por lo antes mencionado, se puede inferir que existe una gran proporción de población que es afectada por la ansiedad a nivel mundial y latinoamericano, lo que conlleva a deducir que hay un cuadro grave de estrés crónico, se ha demostrado que las consecuencias más evidentes son la ansiedad, que además puede conllevar a estados de depresión y posteriormente a cuadros de violencia y suicidio.

En el Perú, de acuerdo al Ministerio de Educación (MINEDU), el 85% de la comunidad educativa de las universidades peruanas presenta problemas de salud mental y los casos más recurrentes son ansiedad (82 %), estrés (79 %) y violencia (52%) (10).

Según reportes del Ministerio de Salud (MINSA) 2022, la atención por problemas o trastornos de salud mental en el país, alcanzando un total de 433 816 casos diagnosticados. Se destacó que se presenta con mayor frecuencia en mujeres, entre los 17 a 25 años de edad, pero pueden presentarse en cualquier otro periodo de vida (11).

En el Perú existen lineamientos que apoyan a mejorar la Salud Mental en los estudiantes universitarios en Universidades públicas y privadas. Según Resolución Viceministerial N° 277- 2020- MINEDU, aprobó la actualización de los "Lineamientos para el cuidado integral de la salud mental en las universidades", que tienen como objetivo “establecer orientaciones para la promoción de la salud mental, favoreciendo el bienestar y cuidado integral de la salud mental de la comunidad universitaria” (12).

La Universidad Nacional Mayor de San Marcos (UNSM) implementó el centro de Salud Mental Comunitario Universitario para ofrecer atención a mas de 38 mil estudiantes, porque según el Minsa entre el 20% y el 30% de estudiantes universitarios padecen de algún trastorno mental (13).

La Pontificia Universidad Católica (PUC) viene desplegando una serie de mecanismos institucionales como servicios, programas, y la Política de Salud Mental para cuidarla y promoverla obtuvieron como resultado, en lo que respecta a la depresión, se observa una caída de 11 puntos del año 2020-1 al 2023-2; en cuanto al estrés, la reducción ha sido de 16 puntos, mientras que en ansiedad el descenso es de solo 6 puntos. Es importante señalar que los tres parámetros han bajado, destacándose especialmente la reducción del estrés de 54% a 38% (14). En la Universidad de Piura en el año 2020, se aplicó el programa de intervención “Manejando mi ansiedad ante los exámenes” Con las intervenciones realizadas se logró disminuir en un gran porcentaje la ansiedad en estudiantes universitarios, teniendo resultados positivos (15).

En la Universidad Nacional de Cajamarca no se cuenta con políticas para tratar o prevenir problemas de salud mental en los estudiantes a pesar que existen casos que se presentan como depresión, aislamiento social, suicidio, etc., pero si se desarrollan campañas sobre salud mental por parte de la Oficina de Bienestar Universitario.

En la actualidad los estudiantes universitarios, particularmente los del área de salud presentan problemas de salud mental, debido a la exigencia académica, la falta de tiempo para culminar sus tareas, la demanda de los profesores, las competencias entre estudiantes, las evaluaciones, las exposiciones, participaciones en clase, y actualmente no se cuenta con una atención adecuada y estrategias de intervención para mejorar la salud mental de los estudiantes universitarios.

Ante la situación presentada, al existir omisión de las autoridades ante el problema de salud mental en los estudiantes y poca evidencia registrado en la Oficina de bienestar Universitario, lo cual en el año 2022 y en el 2023 se registraron 6 casos en total, información que fue recabada de la oficina de psicopedagogía y tutoría, es necesario generar evidencia para que se pueda trabajar en ello, por lo cual se presenta el siguiente problema:

1.2. Formulación del Problema

¿Cuál es el nivel de ansiedad en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2024?

1.3. Justificación

Justificación teórica

Actualmente, la salud mental de los estudiantes universitarios es un tema relevante, por que limita el desarrollo de habilidades académicas y sociales. En la literatura analizada se

Menciona que en general son propensos a desarrollar conductas ansiosas en razón a la elevada exigencia académica, las participaciones o exposiciones en clase, la falta de tiempo para terminar tareas, la sobrecarga de trabajo, la demanda de los profesores, la competencia entre estudiantes y las tensiones generadas por las evaluaciones

Justificación práctica

Frente a lo mencionado, se puede evidenciar que la ansiedad en estudiantes universitarios especialmente en Enfermería no es abordada adecuadamente, es por ello que se requiere investigar el nivel de ansiedad en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, para así poner frente a este grave problema que se está presentando actualmente .

Justificación social

Los resultados que se obtengan en esta investigación, aportarán información real de una parte del problema de salud mental del estudiante universitario y como material de consulta para los estándares de re licenciamiento pero además que las autoridades implementen lo que está establecido en la ley, también como una ayuda para los centros federados, como soporte para cada estudiante y aporte en su formación profesional.

1.4. Objetivos

1.4.1. Objetivos General

Determinar el nivel de ansiedad en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2024.

1.4.2. Objetivos Específicos

- ✓ Describir las características sociodemográficas en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2024.
- ✓ Evaluar el nivel de ansiedad en la dimensión estado en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2024.
- ✓ Evaluar el nivel de ansiedad en la dimensión rasgo en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2024.
- ✓ Analizar el nivel de ansiedad global en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2024.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

2.1.1. A nivel internacional

Chávez, M.I.L. México (2021), realizó un estudio que tuvo como objetivo evaluar el nivel de ansiedad en un entorno de pandemia del COVID-19 en estudiantes universitarios, mediante un estudio cuantitativo en 1 460 estudiantes universitarios del estado de Chihuahua en México, para determinar el grado de ansiedad se aplicó el “Cuestionario de ansiedad estado-rasgo” en su subescala ansiedad-estado. Los resultados obtenidos fueron que el factor de mayor preocupación para los universitarios es el crecimiento de la pandemia (35.79%). Se encontró un nivel de ansiedad bajo en el 31.77% de los estudiantes. Concluyendo que el principal resultado indica que aproximadamente un tercio de los estudiantes universitarios presentan ansiedad-estado en un nivel bajo. También, manifiestan sentirse oprimidos, aturdidos y alterados (16).

Clemente A.Z.A., México (2021), realizó un estudio con el objetivo de Identificar la relación de estrés académico y ansiedad en estudiantes de la licenciatura en enfermería mediante un estudio cuantitativo, descriptivo, comparativo y correlacional, la muestra se calculó con la fórmula de población finita conformándose por 275 estudiantes, se llevó a cabo un muestreo aleatorio estratificado por grado y grupo escolares. Los resultados obtenidos muestra que la mayoría de los estudiantes tiene de 18 a 20 años (50.5%), son mujeres (87.3%), solteros (94.1%), sin hijos (94.5%) con procedencia del estado de Puebla (82.5%), además 81.4% de quienes trabajan son empleados, además el 42.6% presenta estrés académico severo 42.6%, moderado el 32.8% y leve 24.6% y el 35.3% de los estudiantes tiene ansiedad leve, 29.5% moderado, 17.8% mínimo y el 17.5% severo. Se concluyó que los estudiantes de licenciatura en enfermería presentan estrés académico y ansiedad, que existe diferencia por semestre y hay una relación de efecto moderado entre estas variables (17).

Gonzáles, J.N.L., et.al. México (2020), realizó un estudio que tuvo como objetivo evaluar los niveles de ansiedad, depresión, estrés y la percepción del estado de salud de estudiantes universitarios mexicanos durante 7 semanas de confinamiento por la pandemia de Covid-19. La investigación fue mediante un estudio observacional-transaccional, la muestra se conformó por conveniencia y no aleatoria. Con una población de 644 (276 mujeres y 368 hombres) con edad promedio de 21 años, En los resultados obtenidos se encontraron síntomas (moderados a severos): estrés (31.92%), psicósomáticos (5.9%), problemas para dormir (36.3%), también se detectó ansiedad con un 40.3% con mayores niveles en los hombres. Donde se concluyó que es necesario implementar programas de prevención, control y disminución de los efectos psicológicos generados por el confinamiento con el objetivo de garantizar el bienestar y la salud mental de los estudiantes universitarios (18

Tirado R. R.J., et.al. México (2023), realizaron un estudio con el objetivo de determinar la relación entre el nivel de estrés académico y la ansiedad en estudiantes de cursos especializados de enfermería en Culiacán, Sinaloa, México. Mediante un estudio descriptivo correlacional, con muestreo no probabilístico censal en muestra de 69 estudiantes incluyendo a enfermeros inscritos en cursos especializados, se excluyó quienes no estuvieron presentes durante la entrevista. Obteniendo como resultados que el 50.7 % presentó estrés moderado, y el 71.0% ansiedad moderada. Se concluyó que los niveles de estrés y ansiedad fueron superiores a los reportes internacionales, se evidenció la asociación estadística entre el estrés con la ansiedad (19)

2.1.2. A nivel nacional

Gonzalez G.J.y De la Cruz S. K. R., Lima (2024), realizaron un estudio con el objetivo de determinar la relación entre el estrés académico y la ansiedad en los estudiantes de enfermería de la Universidad de Ciencias y Humanidades, Lima Norte, 2024; mediante un estudio descriptivo, no experimental, correlacional y transversal, su muestra estuvo conformada por 262 estudiantes de enfermería. Los datos se recolectaron mediante el inventario SISCO para el estrés académico y el inventario Rasgo-Estado denominado IDARE para la ansiedad. Obtuvieron como resultado que el 76.3% de los estudiantes presenta un nivel moderado de estrés académico, el 22.1% un nivel severo de estrés y solo el 1.5% de los estudiantes reporta un nivel leve. En cuanto a la ansiedad, el 60.7% de los estudiantes presentó nivel alto de ansiedad, 35.1% tiene un nivel medio y el 4.2% de los estudiantes reporta un nivel bajo. Concluyendo que los estudiantes de enfermería presentaron un nivel moderado de estrés académico y un nivel alto de ansiedad (20).

Oliveros H. S. D, Lima (2022), realizó un estudio con el objetivo de Determinar el nivel de ansiedad durante la pandemia por el nuevo coronavirus en estudiantes de enfermería de la Universidad de Ciencias y Humanidades, mediante un investigación de enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo y transversal, cuya muestra fue 144 estudiantes de enfermería, se aplicó como instrumento de recolección al Inventario de Ansiedad Rasgo – Estado (IDARE), donde se obtuvo los siguientes resultados que el mayor porcentaje de estudiantes se encuentra en el rango de edad de 18 a 25 años con un 43.1%, el 86,8% fueron mujeres y el 75% estaban solteros. Asimismo en cuanto a la ansiedad estado muestra que el 51,4% presentó nivel medio de ansiedad estado y el 41% alto nivel en esta variable y referente a la ansiedad rasgo muestra que el 42,4% evidenció nivel medio de ansiedad rasgo y el 47,9% alto nivel en esta variable. Se concluye que existe un nivel medio y alto de ansiedad estado; asimismo, un nivel alto y medio de ansiedad rasgo entre estudiantes de enfermería (21).

Mendez M. J. C., Lima (2022), realizó un estudio con el objetivo de determinar la relación entre el estrés y ansiedad en estudiantes de enfermería de la Universidad Norbert Wiener durante la enseñanza en la pandemia de COVID-19. Mediante un estudio de enfoque cuantitativo con un diseño no experimental, descriptivo de corte transversal. Se aplicó los cuestionarios SISCO y el IDARE. Se obtuvo como resultado que el 61.8% de los estudiantes fueron mujeres y 38.2% fueron varones, el 47.7% tuvieron edades entre 20 a 29 años, el 80.4% fueron solteros, 62.6% estuvieron en el décimo ciclo. En relación con la ansiedad el 55.6% presentaron un nivel alto. El 61.7% presenta un nivel de ansiedad estado en un nivel alto, el 38.3%, presenta ansiedad en nivel moderado, el 48.1% presenta ansiedad rasgo en un nivel alto, el 48.1%, presenta ansiedad en nivel moderado. Se concluye que se encuentran asociados el estrés y la ansiedad en estudiantes de enfermería (22).

2.1.3. A nivel local

Dávila, H.K.L., Jaén (2022), realizó un estudio con el objetivo de describir el nivel global de ansiedad en tiempos de COVID- 19 en los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén, mediante un estudio de diseño no experimental de tipo descriptivo de corte transversal, con una muestra de 99 estudiantes matriculados en el semestre académico 2020-II, a quienes se les aplicó el test de Inventario de Ansiedad Estado - Rasgo (IDARE), se obtuvieron los siguientes resultados que el nivel de ansiedad en los estudiantes fue medio en la dimensión estado se observa que el 87,9% de los estudiantes presentaron un nivel medio y el 12,1% un nivel bajo y en la dimensión rasgo el 92,9% de los estudiantes presentaron un nivel medio y el 7,1% un nivel bajo, concluyendo que el nivel de ansiedad global en tiempos de COVID-19 en los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca Filial Jaén es medio (23).

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Teoría Tridimensional de la ansiedad de Lang

De acuerdo con Lang, la reacción frente a la ansiedad se puede observar en tres niveles, cognitivo, fisiológico y motor. Sin embargo, estas reacciones no necesariamente se presentan interconectadas y al mismo tiempo; su intensidad, percepción, duración y momento de la aparición puede variar según el paciente. Esto se genera por la influencia de estímulos tanto internos como externos al paciente; el tipo de estímulo desencadenante, y en gran medida, las características propias del individuo (24).

✓ **Respuesta cognitiva**

Dentro del modelo del triple sistema de respuesta, la respuesta cognitiva se refiere a los pensamientos y sentimientos en presencia del estímulo que genera ansiedad. Se manifiesta en forma de sentimientos de miedo, preocupación o temor. También se pueden experimentar pensamientos relacionados con una amenaza magnificada, o incluir imágenes muy específicas, como anticipación catastrófica a un problema. Además, se puede presentar inseguridad, sensación de pérdida del control, pensamientos negativos sobre sí mismo, dificultad para tomar decisiones o concentrarse, y temor a que las demás personas se den cuenta (24).

✓ **Respuesta motora o conductual**

La respuesta motora hace referencia los movimientos o acciones que ejecuta el paciente cuando se encuentra ansioso. Habitualmente se divide en:

➤ **Respuestas directas:** incluyen temblor, tics, tartamudeo, inquietud motora, etc.

Además, pueden manifestarse como dificultades en la precisión motora y en el aprendizaje y ejecución de tareas complejas. Incluso pueden afectar procesos de memoria y discriminación perceptiva (24).

- **Respuestas indirectas:** Hacen referencia principalmente a las conductas de escape o evitación, las cuales no siempre están bajo un total control voluntario del paciente. Estas suelen presentarse como respuesta ante los otros dos componentes del triple sistema de respuesta (24).

Estas respuestas, además pueden incluir algunos comportamientos que, a largo o corto plazo, pueden ser perjudiciales para el individuo, como el consumo de alcohol, sustancias psicoactivas, ingesta de grandes cantidades de comida, entre otros (24).

- ✓ **Respuestas fisiológicas**

Se generan cuando hay un incremento en la actividad del Sistema Nervioso Autónomo y el Sistema Nervioso Somático, junto con las respuestas endocrinas del Sistema Nervioso Central. Cuando esto ocurre, como parte del triple sistema de respuesta, el individuo puede percibir un aumento en la actividad cardiovascular, el tono muscular esquelético, la actividad electrodérmica y la frecuencia respiratoria (24).

De estos cambios, puede que el paciente solo perciba algunos, como palpitaciones por el aumento en la frecuencia cardíaca, fatiga por el incremento en la frecuencia respiratoria, sudoración, entre otras; sin embargo, también hay cambios que no se pueden percibir fácilmente, como cambios gástricos o alteraciones en el sistema inmune. Además, a pesar de que estos cambios suelen presentarse en presencia de del estímulo desencadenante, a largo plazo pueden relacionarse con alteraciones psicosomáticas como el insomnio, alteraciones gastrointestinales, disfunción eréctil, contracturas musculares, etc. (24).

- **Utilidades del triple sistema de respuesta**

- **Evaluación:** Existen muchos instrumentos de evaluación, desde cuestionarios hasta auto informes que se fundamentan sobre la teoría del triple sistema de respuesta. De esta forma, el especialista obtiene un panorama completo de la forma en la que el paciente experimenta la emoción, y con base a esto puede determinar cuál es la mejor aproximación terapéutica (24).
- **Intervención:** En base a los resultados se puede determinar cuál es el mejor modelo de intervención, y el orden en el que se trabajará cada una de las respuestas del paciente. Cada paciente manifiesta la ansiedad y las emociones de forma diferente, y de acuerdo con la teoría del triple sistema de respuesta estas no se correlacionan directamente, así que al trabajarlas tanto juntas como por separado, se obtienen resultados positivos en la intervención (24).
- **Seguimiento:** Cuando se realiza un proceso de intervención, independientemente de si se basa en el triple sistema de respuesta o no, se debe realizar un proceso de seguimiento que permite determinar si el paciente ha progresado. Pero también, durante el proceso de psicoeducación, se le debe haber enseñado a reconocer sus respuestas frente al estímulo estresante. Si se utiliza un método como este, el paciente aprende a identificar y a procesar sus respuestas de una forma organizada, lo cual incrementa la sensación de control (24).

2.3. Bases conceptuales

2.3.1. Características sociodemográficas

Son el conjunto de características biológicas, socioeconomicoculturales que están presentes en la población de estudio, tomando en cuenta aquellas que puedan ser medibles (25). En el presente estudio se tomarán en cuenta la edad, el ciclo académico, estado civil, procedencia, residencia, con quien vive y el tipo de vivienda de cada unidad de estudio estos datos ayudan a describir y analizar las características sociodemográficas de las personas en una determinada población, por lo que pueden influir en la presencia de ansiedad.

2.3.2. Ansiedad

El Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-5) 2022, describe la ansiedad como la anticipación de futuras amenazas también como un trastorno psicofisiológico caracterizado por sentimientos de inquietud, incertidumbre o malestar antes amenazas inminentes y experiencias inexplicables, además se presenta también como reacción al estrés agudo o postraumático, y en los trastornos de adaptación a situaciones vitales adversas (26).

Spielberger et al. (1984) definen el estado de ansiedad como una reacción emocional de aprensión, tensión, preocupación, activación y descarga del sistema nervioso autónomo, mientras que Tobeña (1997) la considera como una emoción que modifica los parámetros biológicos y se expresa a través de diferentes aparatos y sistemas. Valdés y Flores, 1990 proponen que la ansiedad es un estado emocional que puede darse solo o sobreañadido a los estados depresivos y a los síntomas psicósomáticos cuando el sujeto fracasa en su adaptación al medio (27).

✓ **Síntomas**

Los signos y síntomas de la ansiedad más comunes incluyen los siguientes: sensación de nerviosismo, agitación o tensión, sensación de peligro inminente, pánico o catástrofe, aumento del ritmo cardíaco, respiración acelerada (hiperventilación), sudoración, temblores, sensación de debilidad o cansancio, problemas para concentrarse, tener problemas para conciliar el sueño, padecer problemas gastrointestinales (GI), tener dificultades para controlar las preocupaciones y tener la necesidad de evitar las situaciones que generan ansiedad (28).

- ✓ La etiopatogenia de la ansiedad constituye un modelo complejo, donde interactúan los factores biológicos y psicofisiológicos:

Factores biológicos: Existe evidencia que los factores hereditarios pueden desempeñar un papel fundamental en el desarrollo de ansiedad. Lo que se hereda es una vulnerabilidad para desarrollar un trastorno de ansiedad, no el trastorno específicamente (29).

Factores psicofisiológicos: La ansiedad está asociada a la hiperactividad del sistema nervioso autónomo y somático, que se manifiesta con el aumento de la actividad eléctrica cerebral, el aumento del tono psicofisiológico relacionadas con la hiperventilación (29).

- ✓ La ansiedad trae consigo diferentes tipos de trastornos como:

La ansiedad generalizada, se caracteriza por una ansiedad y preocupación excesiva de la cual no existe causa conocida, pero se relaciona con el abuso de alcohol, depresión mayor y trastornos de pánico. Este trastorno es frecuente y afecta al 3% de la población en un año; siendo las mujeres las de mayor posibilidad de padecerlo (30).

El pánico, las personas que lo padecen presentan ataques repentinos y repetidos de miedo que duran varios minutos. Estos ataques se caracterizan por temor o miedo a perder el control incluso cuando no existe un peligro real. Las personas que tienen un trastorno de este tipo sienten como si se va a tener un ataque al corazón y temen la posibilidad de volver a tenerlo. Por lo general, el trastorno de pánico comienza durante la adolescencia, siendo las mujeres las que más lo padecen (31).

✓ **Estrés y ansiedad**

Selye definió el estrés como la respuesta del organismo a contrarrestar o prevenir las amenazas, es decir, a conseguir la homeostasis; mientras Lazarus, la consideró como factor de riesgo al conceptualizarla como “las exigencias impuestas a un individuo que agotan o rebasan la capacidad de adaptación” (32).

En el estrés es indispensable un estresor (demanda, amenaza) y en la ansiedad no. La ansiedad puede formar parte del estrés integrando la respuesta fisiológica de defensa ante una amenaza o como producto del análisis que hace una persona cuando no puede superar una demanda. El estrés no necesariamente se acompaña de ansiedad: por ejemplo, si alguien entra a una competencia de maratón, tendrá una gran demanda que provoca estrés, pero se acompañará de alegría, ansiedad o enojo de acuerdo a la expectativa de ganar o perder la competencia (32).

✓ **Ansiedad y miedo**

En psiquiatría ansiedad se define como un estado emocional desagradable en las que hay sensación subjetiva de un peligro, malestar, tensión o aprensión, acompañado de una descarga neurovegetativa y cuya causa no está claramente reconocida para la persona. En el miedo existe similar respuesta fisiológica que la ansiedad, pero se diferencia en que hay una causa, un peligro real, consciente, externo, que está presente o que amenaza con materializarse (Kaplan) (32).

2.3.3. Dimensiones de la ansiedad

Spielberger (1966, 1972, 1989) considera que para definir la ansiedad de forma adecuada hay que tener en cuenta la diferenciación entre la ansiedad como estado emocional y la ansiedad como rasgo de personalidad, y por ello propuso la Teoría de Ansiedad Estado- Rasgo (33).

- **La ansiedad-estado**, según Spielberger (1972), es un “estado emocional” inmediato, modificable en el tiempo, caracterizado por una combinación única de sentimientos de tensión, aprensión y nerviosismo, pensamientos molestos y preocupaciones, junto a cambios fisiológicos. Los niveles altos de ansiedad-estado son apreciados como intensamente molestos; por tanto, si una persona no puede evitar el estrés que se los causa, pondrá en marcha las habilidades de afrontamiento necesarias para enfrentarse a la situación amenazante (33).
- **La ansiedad-rasgo**, hace referencia a las diferencias individuales de ansiedad relativamente estables, siendo éstas una disposición, tendencia o rasgo. Contrariamente a la ansiedad estado, la ansiedad-rasgo no se manifiesta directamente en la conducta y debe ser inferida por la frecuencia con la que un individuo experimenta aumentos en su estado de ansiedad. En este sentido, los sujetos con alto grado de ansiedad-rasgo perciben un mayor rango de situaciones como amenazantes y están más predispuestos a sufrir ansiedad-estado de forma más frecuente o con mayor intensidad (33).

2.4. Variable

- Nivel de ansiedad

2.5. Operacionalización de la variable

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Instrumento
Características sociodemográficas	Son el conjunto de características biológicas, socioeconomiculturales que están presentes en la población de estudio, tomando en cuenta aquellas que puedan ser medibles (25).	Se medirá a través de un cuestionario que cuenta con 6 preguntas relacionadas a las características sociodemográficas.	Demográfica	• Edad	• 18 – 20 • 21 – 23 • 24-26	Cuestionario
				• Sexo	• Masculino • Femenino	
			Social	• Ciclo Académico	• Cuarto ciclo • Sexto ciclo • Octavo ciclo • Décimo ciclo	
				• Estado civil	• Soltero(a) • Casado(a) • Conviviente	
				• Procedencia	• Región Cajamarca • Otras regiones	
				• Residencia	• Zona rural • Zona urbana	
				• Con quien vive	• Padres • Familiares • Solo(a)	
				• Tipo de vivienda	• Propia • Alquilada	

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores de medición	Ítems	Instrumento
Nivel de ansiedad	La ansiedad es definida como una reacción emocional de aprensión, tensión, preocupación, activación y descarga del sistema nervioso autónomo, además se presenta también como reacción al estrés agudo o postraumático, y en los trastornos de adaptación a situaciones vitales adversas (27).	10 ítems positivos de ansiedad y 10 ítems negativos. Las respuestas están codificadas del 1 al 4: no (1), un poco (2), bastante (3), o mucho (4).	Estado	• Alto (≥ 45) • Medio (30-44) • Bajo (≤ 30)	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11, 12,13,14,15,16,17,18,19 y 20	Cuestionario (IDARE)

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores de medición	Ítems	Instrumento
Nivel de ansiedad	La ansiedad es definida como una reacción emocional de aprensión, tensión, preocupación, activación y descarga del sistema nervioso autónomo, además se presenta también como reacción al estrés agudo o postraumático, y en los trastornos de adaptación a situaciones vitales adversas (27).	13 ítems positivos de ansiedad y 7 ítems negativos. Las respuestas están codificadas del 1 al 4: casi nunca (1), algunas veces (2), frecuentemente (3), casi siempre (4)	Rasgo	• Alto (≥ 45) • Medio (30-44) • Bajo (≤ 30)	21,22,23,24,25,26,27,28, 29,30,31,32,33,34,35,36, 37,38,39,40	Cuestionario (IDARE)

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores de medición	Ítems	Instrumento
Nivel de ansiedad	La ansiedad definida como una reacción emocional de aprensión, tensión, preocupación, activación y descarga del sistema nervioso autónomo, además se presenta también como reacción al estrés agudo o postraumático, y en los trastornos de adaptación a situaciones vitales adversas (27).	Ansiedad a nivel global conformada por 40 ítem distribuidas en dos dimensiones: Ansiedad estado y ansiedad rasgo, cada una de ellas tiene 20 ítem.	● Estado ● Rasgo	• Alto: 120-160 • Medio: 80- 120 • Bajo: 40 – 80	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11, 12,13,14,15,16,17,18,1 9,20,21,22,23,24,25,26,2 7,28,29,30,31,32,33,34,3 5,36,37,38,39 y 40	Cuestionario (IDARE)

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Diseño y tipo de estudio

Esta investigación fue diseñada con un abordaje cuantitativo porque la recolección de datos, el procedimiento de la información y el análisis de los datos obtenidos serán expresados mediante análisis matemático y estadístico, de tipo descriptivo porque se mostrará una realidad tal cual se presenta y de corte transversal porque se recolectará la información en un momento determinado y en tiempo único.

3.2. Población de estudio

La población es finita y estuvo constituida por estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2024, siendo 178 personas entre hombres y mujeres. Esta información ha sido recabada de la Dirección de la Escuela Académico Profesional de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca.

Conglomerado	Ciclo	Población
1	Cuarto	42
2	Sexto	48
3	Octavo	48
14	Décimo	40
Total		178

3.3. Criterios de inclusión y exclusión

3.3.1. Criterios de inclusión

- Estudiantes de Enfermería que estén matriculados en el semestre académico 2024.

- Estudiantes de Enfermería que aceptaron participar en el estudio.

3.3.2. Criterios de exclusión

- Estudiantes de Enfermería que no respondan todas los ítems establecidos en el instrumento.

3.4. Unidad de análisis

Fueron cada estudiante de Enfermería perteneciente a la muestra de estudio

3.5. Muestra o tamaño muestral

El tamaño de la muestra se determinó mediante la fórmula estadística para poblaciones finitas, donde se calcula con un error estándar del 5% (0,05) y un nivel de confianza del 95%. Con la siguiente formula:

$$n = \frac{NZ^2 pq}{(N - 1) E^2 + Z^2 pq}$$

$$n = \frac{(178) 1,96^2 (0,5)(0,5)}{(178 - 1) (0,05)^2 + 1,96^2 (0,5)(0,5)}$$

$$n = \frac{(178)(3,84) (0,25)}{(177)(0,0025) + (3,84) (0,25)}$$

$$n = \frac{170.9}{1,40}$$

$$n = 122$$

Dónde:

N= 178 Población.

Z= 1.96 = En un nivel de confianza del 95%.

E= 5% = Error estándar.

P= 50% = Probabilidades a favor.

Q= 50% = Probabilidades en contra.

Reemplazando los datos en la fórmula el tamaño de la muestra resulta ser; redondeando 122 estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2024.

3.6. Selección de la muestra o procedimiento de muestreo

La muestra se obtuvo mediante el muestreo probabilístico aleatorio simple que consiste en extraer los estudiantes al azar de una determinada lista. Mediante este método aleatorio simple se seleccionó aleatoriamente a cada conglomerado para realizar la investigación en base a las listas correspondientes a cada ciclo de estudios.

Conglomerado	Ciclo	Población	%	Muestra
1	Cuarto	42	24	29
2	Sexto	48	27	33
3	Octavo	48	27	33
4	Décimo	40	22	27
Total		178	100	122

3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Para la recolección de datos se utilizará como técnica la encuesta y como instrumentos el Test de Inventario de Ansiedad Rasgo – Estado (IDARE) (ver anexo 1), que es un inventario autoevaluativo, diseñado para poder evaluar dos formas de Ansiedad: la Ansiedad estado y la ansiedad rasgo.

El inventario fue elaborado por Spielberger, Gorsuch y Lushene citado por González M, Martín M, Grau JA, Lorenzo A, conformada por 40 ítem distribuidas en dos dimensiones: Ansiedad estado y ansiedad rasgo, cada una de ellas tiene 20 ítem.

- En el IDARE-E, hay 10 ítems positivos de ansiedad (o sea, que a mayor puntuación mayor ansiedad) (3, 4, 6, 7, 9, 12, 13, 14, 17 y 18) y 10 ítems negativos (1,2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19 y 20).
- En el IDARE-R hay 13 ítems positivos (22, 23, 24, 25, 28, 29, 31, 32, 34, 35, 37, 38 y 40) y 7 negativos (21, 26, 27, 30, 33, 36 y 39).

La forma de respuesta va de 0 a 4 en ambas subescalas (35).

Las respuestas están codificadas del 1 al 4.

En la escala ansiedad de estado: no (1), un poco (2), bastante (3), mucho (4); y en la escala ansiedad de rasgo: casi nunca (1), algunas veces (2), frecuentemente (3), casi siempre (4) (anexo 2).

Teniendo ambas escalas un valor final de ansiedad a nivel global:

- ✓ Alto: 120-160
- ✓ Medio:80- 120
- ✓ Bajo: 40 – 80

3.8. Proceso de recolección de datos

Se solicitó a la Directora de Escuela de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, la autorización para la aplicación del cuestionario, documento que fue presentado a cada docente para su conocimiento y que facilite el ingreso a las aulas.

Se comunicó a los estudiantes el objetivo de la investigación, explicándoles que para su participación tendrán que firmar de manera voluntaria el consentimiento informado.

Luego se aplicó el cuestionario, para el cual se dispuso de 20 minutos.

3.9. Validez y confiabilidad de los instrumentos

Este instrumento fue validado en Chile en el año 2007 por Vera contando con la colaboración de Charles Spielberger creador del Inventario, obtuvo una confiabilidad de 0.92 para la escala de Ansiedad Estado y 0.87 para la escala de Ansiedad Rasgo (36).

También fue validado en Perú por Domínguez en el año 2012, en una muestra de universitarios de Lima Metropolitana donde se obtuvo: Para Ansiedad-Estado un alfa total de 0.908, con los 20 ítems con un índice de homogeneidad mayores a .20, el cual es el punto de corte para aceptar al ítem dentro de la escala (Likert, 1932). El factor Ausencia de ansiedad evidenció un alfa de 0.899 y el componente Presencia de ansiedad de .835. Por otro lado, para Ansiedad-Rasgo el alfa total fue menor, de 0.874. En dicha escala se procedió a eliminar el ítem 31 (“Suelo tomar las cosas demasiado seriamente”) dado que presentó un índice de homogeneidad de 0.089. La confiabilidad correspondiente al factor Ausencia de ansiedad evidenció un Alpha de 0.844 y el componente Presencia de ansiedad, de 0.795 (37).

Además en Perú en una muestra de universitarios Limeños el inventario de IDARE fue validado por 10 expertos de acuerdo con el estudio de Anicama.G.J.et al.2022, considerando los criterios de claridad, relevancia y pertinencia. Los valores que se obtuvieron para ansiedad rasgo mediante la prueba de Aiken son mayores a 0,90 y para ansiedad estado los valores fueron mayores a 0,80. En relación a los valores de Alfa de Cronbach, obtuvieron de 0,867 y 0,889 respectivamente, teniendo ambas escalas un grado de fiabilidad adecuada (38).

3.10. Procesamiento, análisis y discusión de los resultados

Para procesar y analizar los datos se utilizó el sistema de programa SPSS versión 28 lo cual me permitió obtener los resultados que serán presentadas en tablas, gráficos, cuadros, los cuales se analizará y discutirá utilizando el método descriptivo y relacionándolo con las teorías planteadas.

Se creo una base de datos consistente y se organizó adecuadamente los datos, se proceso y se obtuvo tablas para una optima presentación, se aplico estadística descriptiva. Para el tema de análisis y discusión se utilizo estudios e investigaciones realizadas anteriormente, así como los antecedentes y bases teóricas.

3.11. Principios éticos

Cualquier estudio que involucre personas debe basarse filosóficamente en principios éticos, los cuales no se consideran normas estrictas, sino más bien orientaciones que aportan un enfoque humanista a todo el proceso de investigación (40).

- ✓ **Autonomía:** Los Estudiantes tendrán la capacidad de decidir si participar o no en la investigación para ello se contará con un consentimiento informado.
- ✓ **Beneficencia:** En caso de encontrar unidades de estudio que presenten un alto nivel de ansiedad, se reportarán los resultados a la oficina de bienestar universitario para que puedan actuar al respecto
- ✓ **No maleficencia:** Se garantizará que la unidad de estudio no tenga ningún riesgo tanto físico, psicológico y social
- ✓ **Confidencialidad:** Se respetará la información obtenida de la unidad de estudio al no revelar datos personales ya que solo será con fines investigables.

3.12. Dificultades y limitaciones para el estudio

La investigación se realizó de forma continua y sin dificultades, los objetivos se llevaron a cabo sin inconvenientes, lo que facilitó el avance efectivo en las fases de recolección y evaluación de los datos e información necesaria.

CAPITULO IV

RESULTADOS

Tabla 1. Características sociodemográficas en estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2024.

Características sociodemográficas en estudiantes de Enfermería	f	%
Edad		
18-20	36	29,5
21-23	63	51,6
24-26	23	18,9
Sexo		
Masculino	13	10,7
Femenino	109	89,3
Ciclo académico		
Cuarto	30	24,6
Sexto	32	26,2
Octavo	33	27,0
Décimo	27	22,2
Estado civil		
Soltero (a)	120	98,4
Conviviente	2	1,6
Procedencia		
Región Cajamarca	94	77,0
Otras regiones	28	23,0
Residencia		
Zona urbana	100	82,0
Zona rural	22	18,0
Con quien vive:		
Padres	58	47,5
Familiares	28	23,0
Sola (o)	36	29,5
TOTAL	122	100

La tabla 1 muestra las características socio demográficas de los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca 2024. El mayor porcentaje de estudiantes se encuentra en el rango de edad de 21 a 23 años con un 51,6%, seguido del grupo de 18 a 20 años con 29,5% y el de 24 a 26 años con 18,9%. Además, muestra que el mayor porcentaje de estudiantes son de sexo femenino con un 89,3% y de sexo masculino 10,7%. Respecto al ciclo académico, se evidencia que el mayor porcentaje se encuentra cursando el octavo ciclo con 27,0%, seguido de sexto ciclo con 26,2%, cuarto ciclo con 24,6% y décimo ciclo con 22,2%. En cuanto al estado civil el mayor porcentaje de estudiantes son solteros con 98,4% y solo el 1,6% con convivientes.

En cuanto a la procedencia se observa que el mayor porcentaje de estudiantes son de la región Cajamarca con 77,0% y de otras regiones 23,0%. En lo que respecta a la residencia la mayoría de estudiantes residen en la zona urbana con un 82,0% y solo el 18,0% en zona rural. En relación a con quien viven los estudiantes, se observa que el mayor grupo de estudiantes viven con sus padres con 47,5%, seguido de los estudiantes que viven solos con 29,5 y finalmente los estudiantes que viven con su familiar con 23,0.

Los resultados obtenidos referente a la edad tiene similitud con el estudio de Gonzáles, J.N.L., et.al. (2020) (18), donde indica que la edad promedio de la muestra que obtuvo fue de 21 años, asimismo con el estudio de Oliveros H. S. D, (2022) (21) en sus resultados obtuvo que el mayor porcentaje de estudiantes se encuentra en el rango de edad de 18 a 25 años con un 43.1%, de igual forma Mendez M. J. C., (2022) (22) en su estudio realizado encontró que el 47.7% de su muestra tuvieron edades entre 20 a 29 años. Mientras que los resultados obtenidos por Clemente A.Z.A., (2021) (17) no guardan similitud ya que la mayoría de los estudiantes tiene de 18 a 20 años (50.5%).

En cuanto a los resultados según sexo guardan similitud con el estudio realizado por Oliveros H. S. D, (2022) (21) donde indica el 86,8% de su muestra fueron de sexo femenino, de igual manera en el estudio de Mendez M. J. C., (2022) (22) obtuvo como resultado que 61.8% de los estudiantes fueron mujeres y Clemente A.Z.A., (2021) (17) en sus resultados muestra que el mayor porcentaje de su muestra son mujeres (87.3%). En cambio, los resultados de Gonzáles, J.N.L., et.al. (2020) (18) difieren porque del total de la muestra que es 644, solo son 276 mujeres y 368 hombres.

Referente al estado civil los resultados guardan similitud con Oliveros H. S. D, (2022) (21) donde menciona que el 75% de la muestra estaban solteros, del mismo modo en el estudio realizado por Mendez M. J. C., (2022) (22) el 80.4% de su muestra fueron solteros y Clemente A.Z.A., (2021) (17) señala que el 94,1% de su muestra son solteros.

Las características sociodemográficas no solo sirven como descripciones, sino que también moldean el entorno crucial del estudiante, impactando de manera directa en su bienestar emocional y creando presiones particulares que afectan su habilidad para manejar y afrontar situaciones de ansiedad, lo que se refleja en niveles más altos o más bajos de ansiedad (39).

Tabla 2. Nivel de ansiedad en la Dimensión Estado de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2024.

Nivel de Ansiedad en la Dimensión Estado	f	%
Baja	8	6,6
Media	70	57,3
Alta	44	36,1
Total	122	100,0

En la tabla 2 se evidencia el nivel de ansiedad en la dimensión estado de los estudiantes de enfermería de la universidad nacional de Cajamarca 2024. El análisis del nivel de ansiedad en la dimensión estado de los estudiantes de enfermería, revela que la gran mayoría presentan ansiedad estado nivel medio con 57.3%, seguido por los estudiantes que presenta ansiedad estado nivel alta con 26.1% y los estudiantes que presentan ansiedad estado nivel bajo con 6.6%.

En Relación al nivel medio de ansiedad estado los resultados son similares al de Oliveros H. S. D, (2022) (21) donde menciona que el 51,4% presentó nivel medio de ansiedad estado. Además Mendez M. J. C., (2022) (22) en su estudio obtuvo como resultado que el 38.3%, presenta ansiedad en nivel moderado. De igual manera Dávila, H.K.L., (2022) (23) obtuvo como resultado que el 87,9% de los estudiantes presentaron un nivel medio de ansiedad estado.

En cuanto al nivel alto de ansiedad estado se encuentra similitud con los resultados obtenido por Oliveros H. S. D, (2022) (21) donde menciona que el 41% presentó nivel alto de ansiedad estado y Mendez M. J. C., (2022) (22) en su estudio obtuvo como resultado que el 61.7%, presenta ansiedad en nivel alto.

Según los resultados podemos evidenciar que en la dimensión estado el mayor porcentaje de encuestados presenta ansiedad en el nivel medio. En este contexto podemos decir que la mayoría por no decir en su totalidad los estudiantes presentan sensación momentánea de estrés, inquietud, temor y preocupaciones que varía según el tiempo y las circunstancias (33). Debido a los exámenes, las exposiciones por el temor que presentan algunos estudiantes para hablar en público, sobrecarga de tareas, falta de tiempo, problemas personales o familiares, entre otros, que conllevan a presentar ansiedad que termina al pasar el factor que lo origina.

Tabla 3. Nivel de Ansiedad en la Dimensión Rasgo de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2024.

Nivel de Ansiedad en la Dimensión Rasgo	f	%
Baja	7	5,7
Media	58	47,6
Alta	57	46,7
Total	122	100,0

En la tabla 3 se evidencia el nivel de ansiedad en la dimensión rasgo de los estudiantes de enfermería de la universidad nacional de Cajamarca 2024. El análisis del nivel de ansiedad en la dimensión rasgo de los estudiantes de enfermería, revela que el mayor grupo presentan ansiedad media con 47.6%, seguido por los estudiantes que presenta ansiedad alta con 46.7% y los estudiantes que presentan ansiedad baja con 5.7%.

En cuanto al nivel medio de ansiedad rasgo los resultados son similares al de Mendez M. J. C., (2022) (22) en su estudio obtuvo como resultado que el 48.1%, presenta ansiedad en nivel moderado. De igual manera Dávila, H.K.L., (2022) (23) obtuvo como resultado que el 92.9% de los estudiantes presentaron un nivel medio de ansiedad. Por otro lado Oliveros H. S. D, (2022) (21) menciona que el 42.4% presentó nivel medio de ansiedad rasgo.

Los resultados según el nivel alto de ansiedad rasgo tiene similitud con resultados obtenido por Oliveros H. S. D, (2022) (21) donde menciona que el 47.9% presentó nivel alto de ansiedad rasgo y Mendez M. J. C., (2022) (22) en su estudio obtuvo como resultado que el 48.1%, presenta ansiedad rasgo en nivel alto.

En contraste a los resultados podemos evidenciar que en la dimensión rasgo el mayor porcentaje de encuestados presenta ansiedad en el nivel medio. En este sentido podemos decir que casi en su totalidad los estudiantes presentan ansiedad con tendencia estable, intensa y duradera (33) que surge por situaciones amenazantes como por ejemplo la presión académica (exámenes, trabajos, exposiciones), también por la competencia entre compañeros, estrés acumulado, problemas de salud , falta de sueño, entre otros y a que diferencia de la ansiedad estado que es temporal, la dimensión rasgo va ser duradera generando así un impacto en los estudiantes los cuales van a exagerar los riesgos y dejan de lado los recursos que tienen para poder hacer frente a la situación amenazante.

Tabla 4. Nivel de ansiedad global de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2024.

Nivel de Ansiedad	f	%
Baja	20	16,4
Media	100	82,0
Alta	2	1,6
Total	122	100,0

En la tabla 4 se evidencia el nivel de ansiedad global de los estudiantes de enfermería de la universidad nacional de Cajamarca 2024, revela que el mayor grupo presentan ansiedad media con 82.0%, seguido por los estudiantes que presenta ansiedad baja con 16,4% y los estudiantes que presentan ansiedad alta con 1,6%.

Si analizamos la variable ansiedad en su nivel global, los resultados evidencian que los estudiantes de enfermería presentaron ansiedad en nivel medio, guardando así similitud con los estudios de Tirado R. R.J., et.al.(2023) (19), Oliveros H. S. D, (2022) (21) y Dávila, H.K.L., (2022) (23) que en sus resultados evidencia que sus estudiantes presentaron ansiedad moderada o media. No obstante los resultados no guardan similitud con Gonzalez G.J. y De la Cruz S. K. R.,(2024) (20) y Mendez M. J. C., (2022)(22) en sus resultados encontraron un nivel alto de ansiedad en los estudiantes.

Como se puede observar existe un gran porcentaje de estudiantes de enfermería que presentan ansiedad. La OMS identifica la ansiedad como una situación de salud mental frecuente que impacta notablemente a los alumnos universitarios, intensificada por las demandas académicas, cambios en la vida y circunstancias, lo que provoca dificultades en la atención, el rendimiento y el bienestar, siendo más común en mujeres y jóvenes (39).

Referente a la ansiedad en sus dos dimensiones se evidencia que la dimensión estado presentan un nivel medio y las respuestas mas relevantes en cuanto a esta dimensión fueron “estoy tenso”, “estoy contrariado”, “me siento alterado”, “me siento ansioso”, “me siento nervioso”, “estoy preocupado” (Apéndice 1, tabla 5)

Lo que pone en evidencia que los estudiantes presentan un estado mental de alerta y dificultar para mantener la calma, para concentrarse y poder hacer frente a la situación amenazante que afecta la vida diaria del estudiante, por lo cual debieran recibir apoyo profesional y familia e intervenir para evitar futuras complicaciones, ya que una ansiedad moderada puede ser motivadora, pero en exceso se vuelve perjudicial.

En la dimensión rasgo se evidencia un nivel medio de ansiedad y las respuestas más relevantes fueron “me canso rápidamente”, “tengo ganas de llorar”, “siento que las dificultades se amontonan al punto de no poder soportarlas”, “quisiera ser tan feliz”, “me preocupo demasiado por cosas sin importancia”, “algunas ideas poco importantes pasan por mi mente” (Apéndice 1, tabla 6)

Estas respuestas evidencias un sentimiento de tristeza, angustia como síntomas emocionales y pensamientos ansiosos, causando así factores que alteran la calidad de vida y el desarrollo integral del estudiante, que pueden desencadenar en un bajo rendimiento académico y el retirarse de los estudios, esto debe ser un foco de atención para los profesional en salud mental y la Universidad, es por ello que se debe trabajar en conjunto para evitar evitar complicaciones y evitar el suicido en estudiantes universitarios.

Es importante mencionar, que de los resultados obtenidos en las dos dimensiones de la ansiedad se alcanzo un nivel medio, esto debido a que según la teoría de Ansiedad Estado- Rasgo (Cattell y Scheier,) los sujetos con medio o alto grado de ansiedad-rasgo perciben un mayor rango de situaciones como amenazantes y están más predispuestos a sufrir ansiedad-estado de forma más frecuente o con mayor intensidad (33). Los encuestados en este caso se sienten amenazados por el cúmulo de trabajos, exposiciones, exámenes, la competencia entre ellos, el inicio de las clínicas hospitalarias y comunitarias, el inicio del internado, entre otros; que afectan emocionalmente al estudiante, sienten temor de iniciar algo nuevo y no saben como enfrentarlo.

Esta investigación se basa en el modelo Teoría Tridimensional de la ansiedad de Lang donde propone que la ansiedad se manifiesta en tres sistemas interconectados pero no siempre sincronizados: cognitivo (pensamientos, preocupaciones), fisiológico mediante respuestas directas o indirectas (reacciones corporales como taquicardias, sudoración) y motor/conductual (comportamientos observables como evitación o temblores) (24). La teoría de Lang es un marco esencial para entender la ansiedad como un fenómeno multidimensional, no solo mental, que se expresa de formas diversas en pensamiento, cuerpo y acción. Es por ello que el personal de enfermería basándose en esta teoría debe realizar una evaluación desde cuestionarios hasta autoinformes y así determinar el mejor modelo de intervención y posteriormente realizar un seguimiento para ayudar al estudiante y/o paciente a identificar el estímulo estresante y enseñarle a dar una mejor respuesta a ello.

CONCLUSIONES

1. Que los estudiantes de enfermería de la Universidad nacional de Cajamarca, 2024, según las características: Edad, el mayor porcentaje se encuentra comprendido entre 21 a 23 años; la gran mayoría son de género femenino; el mayor porcentaje se encuentra cursando el octavo ciclo; gran parte de estudiantes son solteros; gran cantidad son de la región Cajamarca, mayor parte residen en la zona urbana y el mayor grupo de estudiantes viven con sus padres.
2. El nivel de ansiedad en la dimensión estado de los estudiantes de enfermería de la Universidad nacional de Cajamarca, 2024, se ubicó en un nivel medio.
3. El nivel de ansiedad en la dimensión rasgo de los estudiantes de enfermería de la Universidad nacional de Cajamarca, 2024, se ubicó en un nivel medio.
4. El nivel de ansiedad global en los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2024, es medio, en la dimensión estado por sentirse tenso, contrariado, alterado, ansioso, nervioso y preocupado y en la dimensión rasgo manifiestan tener ganas de llorar, se cansan rápidamente, se preocupan por cosas sin importancia, y algunas ideas poco importantes pasan por su mente.

RECOMENDACIONES

A la directora de la escuela Académico profesional de enfermería

1. Organizar la implementación de un espacio dedicado a la salud mental que disponga de profesionales capacitados en el área, que puedan brindar orientación en salud mental y así evitar posibles complicaciones.
2. Establecer estrategias de tutoría que ayuden al alumno de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca a manejar la ansiedad por sí mismo, fomentando la búsqueda de ayuda en sus compañeros, profesores, familiares y expertos en salud mental cuando se requiera.
3. Implementar programas de capacitación sobre salud mental a docentes y estudiantes de la Escuela Académico Profesional de Enfermería, con el fin de poder identificar y prevenir problemas de salud mental, además de referirlos a un especialista.

A los docentes y estudiantes de la escuela Académico profesional de enfermería

4. Se sugiere seguir llevando a cabo investigaciones sobre este tema, ya que es poco explorado, para que los hallazgos puedan aportar a otras investigaciones con el objetivo de reducir el nivel de ansiedad y evitar complicaciones posteriores.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Ansiedad [Internet]. Fesemi.org. [citado el 17 de diciembre de 2025]. Disponible en: <https://www.fesemi.org/informacion-pacientes/conozca-mejor-su-enfermedad/ansiedad>
2. Sierra J, Ortega, Virgilio, Zubeidat, Ihab, Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. Revista Mal-estar E Subjetividades [Internet]. 2003;3(1):10-59. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27130102>
3. Synelnyk D. Ansiedad-Estado Y Ansiedad-Rasgo: ¿cuál Es La Diferencia? - PsyBilbo [Internet]. Centro de psicólogos en Bilbao | PsyBilbo. 2022 [citado el 17 de diciembre de 2025]. Disponible en: <https://psybilbo.com/ansiedad-estado-y-ansiedad-rasgo-cual-es-la-diferencia/>
4. Gaceta UNAM [Internet]. 2019 [citado 27 de agosto de 2023]. Más de 264 millones padecen ansiedad a nivel mundial. Disponible en: <https://www.gaceta.unam.mx/mas-de-264-millones-padecen-ansiedad-a-nivel-mundial/>
5. Torrents R, Ricart M, Ferreiro M, et al. Ansiedad en los cuidados: una mirada desde el modelo de Mishel. Index Enferm. junio de 2013;22(1-2):60-4.
6. Jadue J G. Algunos efectos de la ansiedad en el rendimiento escolar. Estud Pedagógicos Valdivia. 2001;(27):111-8.
7. Cardona-Arias JA, Pérez-Restrepo D, et.al. Prevalencia de ansiedad en estudiantes universitarios. Divers Perspect En Psicol. enero de 2015;11(1):79-89.
8. Salud_mental_datos.pdf [Internet]. [citado 27 de agosto de 2023]. Disponible en: https://www.sanidad.gob.es/estadEstudios/estadisticas/estadisticas/estMinisterio/SI%20AP/Salud_%20mental_datos.pdf
9. Encuesta Educación 2020 y estado de ánimo de estudiantes ante la pandemia | Educación 2020 [Internet]. [citado 1 de septiembre de 2023]. Disponible en: <https://www.educacion2020.cl/noticias/encuesta-educacion-2020-y-estado-de-animo-de->

estudiantes-ante-la-pandemia-63-se-siente-aburrido-y-solo-un-3-esta-feliz-en-casa/

10. PERÚ EP de SESAE. Salud mental: Minedu y Minsa trabajan con 21 universidades públicas [Internet]. 2019 [citado 1 de septiembre de 2023]. Disponible en: <https://andina.pe/agencia/noticia-salud-mental-minedu-y-minsa-trabajan-21-universidades-publicas-769880.aspx>
11. Salud mental: ¿cómo detectar y superar la ansiedad? [Internet]. [citado 1 de septiembre de 2023]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/696706-salud-mental-como-%20detectar-y-superar-la-ansiedad>
12. RVM N° 277-2020-MINEDU.pdf.pdf [Internet]. [citado 13 de enero de 2024]. Disponible en: https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/473272/RVM_N_002-2020-MINEDU.pdf?v=1578529523
13. Universidad Nacional Mayor de San Marcos - UNMSM [Internet]. Edu.pe. [citado el 1 de marzo de 2026]. Disponible en: <https://www.unmsm.edu.pe/noticias-y-eventos/noticias/noticia-detalle/fortaleceran-acciones-y-servicios-del-centro-de-salud-mental-universitario-de-san-marcos>
14. Dávila E. Estudio de Salud Mental PUCP 2023 [Internet]. PuntoEdu PUCP. [citado el 1 de marzo de 2026]. Disponible en: <https://puntoedu.pucp.edu.pe/vida-universitaria/institucional/estudio-de-salud-mental-2023-seguimiento-bienestar/>
15. Ruesta. M.B.E.C. “Manejando mi ansiedad ante los exámenes” 2020.pdf [Internet]. [citado 1 de septiembre de 2023]. Disponible en: <https://pirhua.udep.edu.pe/backend/api/core/bitstreams/43c234d9-ae77-4129-a07d-23346544a38a/content>
16. Márquez I.L.C. Ansiedad en universitarios durante la pandemia de COVID-19: un estudio cuantitativo. *Psicumex*. 5 de diciembre de 2021;11:1-26.
17. Clemente Arias, Z. Estrés Académico y Ansiedad en Estudiantes de Licenciatura en

- Enfermería. 2021.[citation.cited Mar. 02, 2026]; Disponible en:
<https://hdl.handle.net/20.500.12371/11807>
18. González-Jaimes NL, Tejeda-Alcántara AA, et.al. Impacto psicológico en estudiantes universitarios mexicanos por confinamiento durante la pandemia por Covid-19: [Internet]. 2020 [citado el 15 de diciembre de 2025]. Disponible en:
<https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/756>
19. Tirado R. R.J., et.al.(2023) Estrés y ansiedad en estudiantes de cursos especializados de enfermería, en Culiacán, Sinaloa, México [Internet]. Unísono.mx. [citado el 15 de diciembre de 2025]. Disponible en:
<https://sanus.unison.mx/index.php/Sanus/article/view/390/470>
20. Gonzalez G.J.y De la Cruz S. K. R.,(2024), Estrés académico y la ansiedad en los estudiantes de enfermería de la Universidad de Ciencias y Humanidades, Lima Norte, 2024 De enfermería de EA y. A en E. [Internet]. Edu.pe. [citado el 15 de diciembre de 2025]. Disponible en:
https://repositorio.uch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12872/976/Gonzalez_J_De%20la%20Cruz_KP_tesis_enfermeria_2024.pdf?sequence=1&isAllowed=y
21. Oliveros H. S. D, (2022) Determinar el nivel de ansiedad durante la pandemia por el nuevo coronavirus en estudiantes de enfermería de la Universidad de Ciencias y Humanidades [Internet]. Edu.pe. [citado el 15 de diciembre de 2025]. Disponible en:
https://repositorio.uch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12872/761/Oliveros_SD_te%20sis_enfermeria_2022.pdf?sequence=1&isAllowed=y
22. Mendez M. J. C., (2022) Estrés y ansiedad en estudiantes de enfermería de la Universidad Norbert Wiener durante la enseñanza en la pandemia de COVID-19, 2022. [Internet]. Edu.pe. [citado el 15 de diciembre de 2025]. Disponible en:
<https://repositorio.uwiener.edu.pe/server/api/core/bitstreams/8f0c0ad5-2e15-4e50-8baa-71ec246e3ad0/content>

23. Dávila H. K.L. Nivel de ansiedad en tiempos de covid-19 en los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca filial Jaén - Perú, 2021 [Internet]. [JAÉN - CAJAMARCA - PERÚ]: 2022 [citado 1 de septiembre de 2023]. Disponible en: <https://repositorio.unc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14074/5034/Tesis-%20Bachiller%20Katya%20Lizbeth%20D%C3%A1vila%20Herrera.pdf?sequence=1>
24. Correa S. Triple sistema de respuesta: el modelo de Lang [Internet]. Mente y Ciencia. 2020 [citado 1 de septiembre de 2023]. Disponible en: <https://www.menteyciencia.com/triple-sistema-de-respuesta-el-modelo-de-lang/>
25. Juárez R, Orlando A. Factores de riesgo para el consumo de tabaco en una población de adolescentes. Disponible en: https://sisbib.unmsm.edu.pe/BibVirtual/tesis/Salud/Rabines_J_A/conclu_recomen.htm
26. UNAM Globa. La ansiedad se ha normalizado - I [Internet]. 2022 [citado 1 de septiembre de 2023]. Disponible en: <https://unamglobal.unam.mx/la-ansiedad-se-ha-normalizado/>
27. Sierra JC, Ortega V, Zubeidat I. Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. Rev Mal Estar E Subjetividade. marzo de 2003;3(1):10-59.
28. Trastornos de ansiedad - Síntomas y causas - Mayo Clinic [Internet]. [citado 1 de septiembre de 2023]. Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/anxiety/symptoms-causes/syc-20350961>
29. Psikipedia. Psikipedia. [citado 1 de septiembre de 2023]. 4.6. Aspectos biológicos de la ansiedad. Disponible en: https://academia.psikipedia.com/cursos/terapia-cc/#google_vignette
30. Manual MSD versión para profesionales [Internet]. [citado 1 de septiembre de 2023]. Trastorno de ansiedad generalizada Trastornos psiquiátricos. Disponible en: <https://www.msdmanuals.com/es/professional/trastornos->

psiqui%C3%A1tricos/trastorno-de-ansiedad-y-trastornos-relacionados-con-el-
estr%C3%A9s/trastorno-de-ansiedad-generalizada

31. National Institute of Mental Health (NIMH) [Internet]. [citado 1 de septiembre de 2023]. Trastorno de pánico: Cuando el miedo agobia. Disponible en:
<https://www.nimh.nih.gov/health/publications/espanol/trastorno-de-panico-%20cuando-el-miedo-%20agobia>
32. Reyes-Ticas JA. Trastornos de ansiedad guía practica para diagnostico y tratamiento [Internet]. Bvs.hn. [citado el 17 de diciembre de 2025]. Disponible en:
<https://www.bvs.hn/Honduras/pdf/TrastornoAnsiedad.pdf>
33. Ries F, Vázquez CC, et.al. Relaciones entre ansiedad- rasgo y estado en competiciones deportivas. Cuad Psicol Deporte. 2012;12(2):9-16.
34. Universidad Nacional de Cajamarca. [Internet] [citado 27 de agosto de 2023]. Disponible en: <https://www.unc.edu.pe/nuestra-universidad/>
35. M G, Martín M, A L, JA G. Extractos del capítulo: Instrumentos de evaluación psicológica para el estudio de la ansiedad y la depresión. En 2007. p. 165-214.
36. Vera-Villarroel P, Celis-Atenas K, et.al. Análisis Preliminar y Datos Normativos del Cuestionario de Ansiedad Estado- Rasgo en Adolescentes y Adultos de la Ciudad de Santiago de Chile. Ter Psicológica. 1 de diciembre de 2007;25:155-62.
37. Revisión Psicométrica Del Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (IDARE) en Una muestra de universitarios de Lima Metropolitana [Internet]. Escrito. [citado el 17 de diciembre de 2025]. Disponible en:
<https://es.scribd.com/doc/218953631/Revision-Psicometrica-del-Inventario-de-Ansiedad-Estado-Rasgo-IDARE-en-una-muestra-de-universitarios-de-Lima-Metropolitana>

38. Anicama Gómez J, Pizarro Arteaga RD, et.al. Evidencias psicométricas del inventario ansiedad estado-rasgo: IDARE en universitarios de Lima en tiempos de Covid-19. Psychol [Internet]. 2021 [citado el 15 de diciembre de 2025];15(2):49–62. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1900-23862021000200049
39. OMS. Trastornos de ansiedad [Internet] Quien.int. [citado el 15 de diciembre de 2025]. Disponible en: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-%20disorders>
40. Osorio H.J.G. Principios éticos de la investigación en seres humanos y en animales. [Internet] Medicinabuenosaires.com [citado el 7 de febrero de 2026]. Disponible en: <https://www.medicinabuenosaires.com/revistas/vol60-%2000/2/principioseticos.htm>

ANEXOS

ANEXO N° 1

NIVEL DE ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA

UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA 2024

CARACTERISTICAS SOCIODEMOGRAFICAS

INSTRUCCIONES: A continuación, se presentan algunas expresiones que las personas usan para describirse, respecto a la ansiedad estado y ansiedad rasgo, lea cada frase y encierre en un círculo el número que indique cómo se siente ahora mismo, o sea, en estos momentos. No hay contestaciones buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada frase, pero trate de dar la respuesta que mejor describa sus sentimientos ahora, por lo cual solicito su colaboración contestando con sinceridad las preguntas. Agradezco anticipadamente su participación

I DATOS GENERALES

1.1. Edad:años

1.2. Sexo:

➤ Masculino ()

➤ Femenino ()

1.3. Ciclo académico

➤ Cuarto ()

➤ Sexto ()

➤ Octavo ()

➤ Décimo ()

1.4. Estado civil:

- Soltero(a) ()
- Casado(a) ()
- Conviviente ()

1.5. Procedencia:

- Región Cajamarca ()
- Otras regiones ()

1.6. Residencia:

- Zona urbana ()
- Zona rural ()

1.7. Con quien vive:

- Padres ()
- Familiares ()
- Sola (o) ()

1.8. Tipo de vivienda:

- Propia ()
- Alquilada ()

ANEXO N° 2

INVENTARIO DE LA ANSIEDAD RASGO- ESTADO (IDARE)

Ansiedad Estado

ITEMS	NO	UN POCO	BASTANTE	MUCHO
1. Me siento calmado	1	2	3	4
2. Me siento seguro	1	2	3	4
3. Estoy tenso	1	2	3	4
4. Estoy contrariado	1	2	3	4
5. Me siento a gusto	1	2	3	4
6. Me siento alterado	1	2	3	4
7. Estoy alterado por algún posible contratiempo	1	2	3	4
8. Me siento descansado	1	2	3	4
9. Me siento ansioso	1	2	3	4
10. Me siento cómodo	1	2	3	4
11. Me siento con confianza en mí mismo	1	2	3	4
12. Me siento nervioso	1	2	3	4
13. Estoy agitado	1	2	3	4
14. Me siento “a punto de explotar”	1	2	3	4
15. Me siento relajado	1	2	3	4
16. Me siento satisfecho	1	2	3	4
17. Estoy preocupado	1	2	3	4
18. Me siento muy excitado y aturdido	1	2	3	4
19. Me siento alegre	1	2	3	4
20. Me siento bien	1	2	3	4

Ansiedad Rasgo

ITEMS	CASI NUNCA	ALGUNAS VECES	FRECUEN- TEMENTE	CASI SIEMPRE
21. Me siento bien	1	2	3	4
22. Me canso rápidamente	1	2	3	4
23. Siento ganas de llorar	1	2	3	4
24. Quisiera ser tan feliz	1	2	3	4
25. Me pierdo cosas por no poder decidirme rápidamente	1	2	3	4
26. Me siento descansado	1	2	3	4
27. Soy una persona “tranquila serena y sosegada”	1	2	3	4
28. Siento que las dificultades se amontonan al punto de no poder soportarlas	1	2	3	4
29. Me preocupo demasiado por cosas sin importancia	1	2	3	4
30. Soy feliz	1	2	3	4
31. Me inclino a tomar las cosas muy a pecho	1	2	3	4
32. Me falta confianza en mí mismo	1	2	3	4
33. Me siento seguro	1	2	3	4
34. Trato de evitar enfrentar una crisis o dificultad	1	2	3	4
35. Me siento melancólico	1	2	3	4
36. Estoy satisfecho	1	2	3	4
37. Algunas ideas poco importantes pasan por mi mente	1	2	3	4
38. Me afectan tanto los desengaños que no me los puedo quitar de la cabeza	1	2	3	4
39. Soy una persona estable	1	2	3	4
40. Cuando pienso en los asuntos que tengo entre manos me pongo tenso y alterado	1	2	3	4

ANEXO N° 3

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo _____, en pleno uso de mis facultades mentales declaro estar de acuerdo con mi participación en la investigación “EL PROBLEMA DE ANSIEDAD EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA, 2024”.

Cabe recalcar que fui informado sobre los objetivos de la investigación y los datos que brinde serán anónimos y toda la información será usada solo para la investigación.

Cajamarca – 2024

.....

FIRMA

APÉNDICE

APENDICE N° 1

Datos estadísticos complementarios

Tabla 5 . Respuestas de la dimensión Ansiedad estado de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2024

INDICADORES	NO		UN POCO		BASTANTE		MUCHO	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Me siento calmado	3	2,5	58	47,5	56	45,9	5	4,1
Me siento seguro	2	1,6	54	44,3	60	49,2	6	4,9
Estoy tenso	29	23,8	73	59,8	20	16,4	0	0
Estoy contrariado	48	39,3	56	45,9	17	13,9	1	0,8
Me siento a gusto	1	0,8	49	40,2	67	54,9	5	4,1
Me siento alterado	67	54,9	40	32,8	15	12,3	0	0
Estoy alterado por algún posible contratiempo	48	39,3	60	49,2	8	6,6	6	4,9
Me siento descansado	13	10,7	65	53,3	41	33,6	3	2,5
Me siento ansioso	40	32,8	56	45,9	24	19,7	2	1,6
Me siento cómodo	14	11,5	45	36,9	59	48,4	4	3,3
Me siento con confianza en mí mismo	4	3,3	44	36,1	59	48,4	15	12,3
Me siento nervioso	45	36,9	59	48,4	17	13,9	1	0,8
Estoy agitado	67	54,9	44	36,1	11	9,0	0	0
Me siento “a punto de explotar”	78	63,9	28	23,0	12	9,8	4	3,3
Me siento relajado	20	16,4	46	37,7	49	40,2	7	5,7
Me siento satisfecho	11	9,0	53	43,4	52	42,6	6	4,9
Estoy preocupado	36	29,5	62	50,8	20	16,4	4	3,3
Me siento muy excitado y aturdido	65	53,3	44	36,1	10	8,2	3	2,5
Me siento alegre	9	7,4	50	41,0	54	44,3	9	7,4
Me siento bien	5	4,1	53	43,4	54	44,3	10	8,2

Tabla 6 . Respuestas de la dimensión Ansiedad Rasgo de los estudiantes de Enfermería de la Universidad Nacional de Cajamarca, 2024

INDICADORES SIEMPRE	CASI NUNCA		ALGUNAS VECES		F R E C U E N T E M E N T E		CASI	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Me siento bien	1	0,8	37	30,3	55	45,1	29	23,8
Me canso rápidamente	17	13,9	77	63,1	24	19,7	4	3,3
Siento ganas de llorar	33	27,0	68	55,7	14	11,5	7	5,7
Quisiera ser tan feliz	5	4,1	41	33,6	55	45,1	21	17,2
Me pierdo cosas por no poder decidirme rápidamente	24	19,7	70	57,4	21	17,2	7	5,7
Me siento descansado	15	12,3	58	47,5	42	34,4	7	5,7
Soy una persona “tranquila serena y sosegada”	8	6,6	37	30,3	55	45,1	22	18,0
Siento que las dificultades se amontonan al punto de no poder soportarlas	27	22,1	56	45,9	30	24,6	9	7,4
Me preocupo demasiado por cosas sin importancia	24	19,7	63	51,6	30	24,6	5	4,1
Soy feliz	5	4,1	29	23,8	63	51,6	25	20,5
Me inclino a tomar las cosas muy a pecho	24	19,7	59	48,4	33	27,0	6	4,9
Me falta confianza en mí mismo	36	29,5	57	46,7	22	18,0	7	5,7
Me siento seguro	4	3,3	45	36,9	53	43,4	20	16,4
Trato de evitar enfrentar una crisis o dificultad	15	12,3	59	48,4	35	28,7	13	10,7
Me siento melancólico	37	30,3	54	44,3	26	21,3	5	4,1
Estoy satisfecho	5	4,1	46	37,7	46	37,7	25	20,5
Algunas ideas poco importantes pasan por mi mente	14	11,5	64	52,5	36	29,5	8	6,6
Me afectan tanto los desengaños que no me los puedo quitar de la cabeza	28	23,0	61	50,0	30	24,6	3	2,5
Soy una persona estable	8	6,6	43	35,2	56	45,9	15	12,3
Cuando pienso en los asuntos que tengo entre manos me pongo tenso y alterado	21	17,2	65	53,3	29	23,8	7	5,7

Listo para Turnitin DAMARIS BARRANTES AYAY.pdf

 pregrado 2 pregrado 2 Universidad Nacional de Cajamarca

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:old::3117:564120738

Fecha de entrega

5 mar 2026, 3:06 p.m. GMT-5

Fecha de descarga

5 mar 2026, 4:06 p.m. GMT-5

Nombre del archivo

Listo para Turnitin DAMARIS BARRANTES AYAY.pdf

Tamaño del archivo

607.6 KB

43 páginas

8922 palabras

48.296 caracteres

21% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Exclusiones

- N.º de coincidencias excluidas

Fuentes principales

- 19%  Fuentes de Internet
- 4%  Publicaciones
- 16%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

Fuentes principales

- 19% Fuentes de Internet
- 4% Publicaciones
- 16% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Fuentes principales

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	Internet	www.menteyciencia.com	4%
2	Internet	hdl.handle.net	3%
3	Internet	www.scribd.com	1%
4	Internet	repositorio.umsa.bo	1%
5	Internet	ri.uaemex.mx	<1%
6	Internet	www.dgcs.unam.mx	<1%
7	Internet	repositorio.uss.edu.pe	<1%
8	Internet	sanus.unison.mx	<1%
9	Internet	repositorio.uroosevelt.edu.pe	<1%
10	Trabajos entregados	Universidad de Xalapa A. C. on 2024-09-03	<1%
11	Internet	repositorioinstitucional.buap.mx	<1%